Pour se débarrasser efficacement des poux,
il faudrait que tous ceux qui ont des poux soient traités le même jour, par exemple le samedi.



Conception et réalisation : Parimage – Illustrations : Lila Pik – Impression : Imprimerie Vincent
413-26813-B



MINISTÈRE CHARGÉ DE LA SANTÉ

www.inpes.sante.fr



Les poux

Éviter d'en attraper

Savoir si on en a

S'en débarrasser

C'est quoi un pou ?
C'est un insecte, brun et très petit.

On peut avoir des poux quand on est adulte ?
Oui

C'est quoi une lente ?
C'est un œuf de pou, grisâtre. Elle vit fixée au cheveu, près de la racine.



On peut avoir des poux quand on a les cheveux courts ?
Oui

Les poux, ça gratte ?
Oui et non
Quand on a des poux, ça gratte souvent, mais pas toujours. Et parfois, on a la tête qui gratte, et pourtant, on n'a pas de poux.

Les poux transmettent-ils des maladies ?
Non

Les poux, ça saute, ça vole ?
Non
On ne peut attraper des poux que si nos cheveux touchent ceux de quelqu'un qui a des poux ou, plus rarement, si nos cheveux touchent quelque chose qui a été en contact avec des poux : oreiller, bonnet, brosse...

Quand on a des poux, on peut aller à l'école ?
Oui, mais...
... il faut se traiter et prévenir la maîtresse ou le maître.

Si quelqu'un a des poux, c'est parce qu'il est sale ?
Non
On trouve des poux dans les cheveux propres comme dans les cheveux sales.

Conseils pour éviter d'attraper des poux et savoir si on en a



Tous les jours...

Pour éviter d'attraper des poux, il vaut mieux avoir chacun sa brosse, son peigne, son bonnet, son écharpe... et ne pas les échanger.

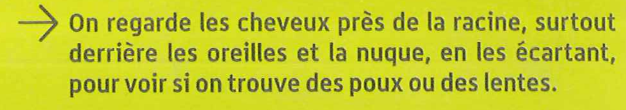
Si quelqu'un de proche a des poux (famille ou copains par exemple), si ça gratte...

On vérifie au plus vite qu'on n'a pas de poux, ni de lentes.



Si on n'a pas de poux, ni de lentes, mais que quelqu'un de proche en a, pour éviter d'en attraper à son tour, on s'attache les cheveux si on a les cheveux longs.

Si on a des poux et/ou des lentes vivantes, on traite tout de suite.



Comment savoir si on a des poux, des lentes ?

→ On regarde les cheveux près de la racine, surtout derrière les oreilles et la nuque, en les écartant, pour voir si on trouve des poux ou des lentes.

Si on voit un point grisâtre, pour savoir si c'est une lente, on peut le coincer entre le pouce et l'index : s'il reste accroché et qu'on ne peut l'enlever qu'en le faisant glisser le long du cheveu, c'est sans doute une lente.

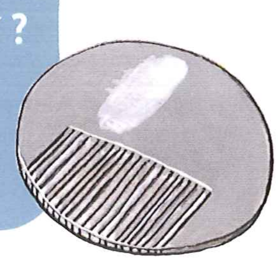
→ On passe un peigne à poux dans les cheveux secs, au-dessus d'une surface blanche si possible, par exemple un lavabo ou une baignoire. S'il y a des poux, ils tomberont dans le lavabo ou la baignoire et on les verra bien.

Si on voit tomber quelque chose, pour être sûr que c'est un pou, on peut approcher un cheveu : si c'est un pou, il s'agrippera au cheveu.

Pour éliminer les poux tombés, il faut faire couler de l'eau dessus et les laisser partir dans le trou du lavabo ou de la baignoire.

C'est quoi un peigne à poux ?

Un peigne à poux est un peigne spécial aux dents longues très serrées qui permet de décrocher les poux et les lentes.



Conseils pour se débarrasser des poux



On traite pour s'en débarrasser et éviter de les transmettre aux gens autour de soi.

On vérifie les têtes de toute la famille.

On prévient tout de suite la maîtresse ou le maître et l'entourage.

L'idéal serait que toutes les têtes soient vérifiées et que tous ceux qui ont des poux soient traités le même jour, par exemple le samedi, car une tête non traitée peut transmettre de nouveau des poux à son entourage et tout est à refaire.

On traite la tête

→ On achète en pharmacie un produit qui tue d'un seul coup les poux et les lentes.

Il faut suivre le mode d'emploi et demander conseil à son pharmacien.

Il est important d'étaler le produit sur l'ensemble du crâne et des cheveux et d'en mettre assez pour couvrir tous les cheveux des racines aux pointes.

Il peut rester des poux morts ou des lentes mortes dans les cheveux après le traitement, même après un ou plusieurs shampoings. Ce n'est pas grave. On peut les enlever avec un peigne à poux.

Attention !

Presque tous les produits peuvent irriter les yeux ou la peau et provoquer des allergies.
Ils peuvent même prendre feu, s'ils se retrouvent près d'une source de chaleur.
Il faut donc les utiliser avec prudence et uniquement si on a des poux.



Ces produits ne sont pas remboursés par la Sécurité sociale.



On traite le linge, les doudous...

En même temps qu'on traite les cheveux et le crâne, il faut débarrasser ce qui a pu être en contact avec la tête et les épaules (draps, serviettes, doudous, bonnets...) des poux qui peuvent s'y trouver.

Pour cela, on peut tout laver en machine à 60°C au moins.

On peut aussi tout enfermer dans un sac poubelle pendant deux jours. Au bout de ces deux jours, les poux seront morts.